



Association Union du Yoga



Jacques VIGNE

Conférence 3 novembre 18 h 00

Méditation et anxiété

Espace BREMOND, 4 Rue Loutin 83190 Ollioules

Tarifs : 10 € à régler sur place

Réservations :

06.25.51.30.81. Eli Kovatcheva/unionduyoga@gmail.com

Journée méditation le 4 novembre 9h – 17h

Jacques Vigne, médecin psychiatre, vit en Inde depuis 30 ans. Ses méditations sont solidement fondées sur la tradition. Il apporte des explications précises sur les liens avec la psychologie et la neurologie moderne.

Auteur de 17 ouvrages sur le sujet, notamment, « **Guérir l'anxiété** », « **Ouvrir nos canaux d'énergie par la méditation** ». Son dernier ouvrage « **Pratique de la méditation laïque** » propose une vision de laïcité qui respecte l'apport des religions, tout en promouvant une **méditation pour tous**, dont les bénéfices sur la santé physique et mentale, sont de plus en plus reconnus scientifiquement.

Rencontrer Jacques Vigne est une occasion de mieux comprendre et d'aborder des pratiques concrètes *à la fois simples et profondes qui lient le corps et l'esprit*

Lieu : Espace Brémond, rue Loutin, OLLIOULES (*parking public à proximité*)

• **Tarifs et inscriptions** : Enseignement de 70 euros la journée, par espèces ou chèque libellé à l'ordre de Jacques Vigne. (*Nous consulter en cas de difficultés*)

(75% des bénéfices sont reversés aux œuvres humanitaires de Jacques Vigne en Inde et au Népal)

Pour s'inscrire :

• Un chèque d'acompte 20 € à l'ordre de Jacques Vigne. Le solde sera à régler sur place.

Envoyer le chèque accompagné, sur papier libre, de votre nom, adresse, numéro de téléphone et mail écrits lisiblement à : Association Union du yoga 240, chemin de Brignac, 83190 Ollioules

www.unionduyoga.com // Infos : 06.25.51.30.81. Eli Kovatcheva

A réception de votre inscription, une confirmation d'inscription vous sera adressée par mail avec compléments d'informations.